

PENGARUH PEMBERIAN *UPRIGHT POSITION*  
TERHADAP PENGURANGAN FREKUENSI *GUMOH*  
PADA BAYI USIA 0-3 BULAN



NASKAH PUBLIKASI  
DISUSUN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN DALAM  
MENDAPATKAN GELAR SARJANA FISIOTERAPI

Disusun oleh :

Nurul Arwita

J120121007

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

## PENGESAHAN NASKAH PUBLIKASI

Naskah Publikasi Ilmiah dengan judul Pengaruh Pemberian *Upright Position*  
Terhadap Pengurangan Frekuensi *Gumoh*  
Pada Bayi Usia 0-3 Bulan

Naskah Publikasi Ilmiah ini Telah Disetujui oleh Pembimbing Skripsi untuk di  
Publikasikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh :

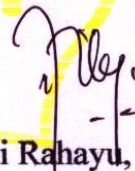
Nurul Arwita  
J120121007

Pembimbing I



Agus Widodo, SSt., Ft., M.Fis

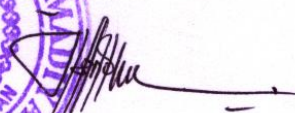
Pembimbing II



Umi Budi Rahayu, SSt.Ft, M.Kes



Mengetahui,  
Ka.Progdi Fisioterapi FIK UMS



(Isnaini Herawati, S.Fis., M.Sc)

## PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nurul Arwita  
NIM : J120121007  
Fakultas/Jurusan : Ilmu Kesehatan/S1 Fisioterapi Transfer  
Jenis Penelitian : Skripsi  
Judul : Pengaruh Pemberian *Upright Position* Terhadap  
Pengurangan Frekuensi *Gumoh* Pada Bayi  
Usia 0-3 Bulan

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada perpustakaan UMS atas penulisan karya ilmiah saya, demi mengembangkan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan / pengalih formatkan,
3. Mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya serta menampilkan dalam bentuk softkopy untuk kepentingan akademis kepada perpustakaan UMS, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pecipta,
4. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak perpustakaan UMS, dari segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 13 Maret 2014

Yang Menyatakan



(Nurul Arwita)

PENGARUH PEMBERIAN *UPRIGHT POSITION*  
TERHADAP PENGURANGAN FREKUENSI *GUMOH*  
PADA BAYI USIA 0-3 BULAN

Nurul Arwita

Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Jl A Yani Tromol pos 1 Pebelan, Kartasura Surakarta  
[arwita.nurul@yahoo.com](mailto:arwita.nurul@yahoo.com)

ABSTRAK

**Latar Belakang :** Gumoh adalah isi (ASI) yang dikeluarkan oleh bayi dari lambung, dan proses keluarnya disebut *reflux*. *Gumoh* berbeda dengan muntah. Muntah adalah pengeluaran paksa isi lambung dari mulut. Muntah terjadi ketika pusat muntah dari otak diaktifkan, sehingga menyebabkan kontraksi dalam sistem *gastrointestinal*. *Gumoh* terjadi karena lambung yang terisi penuh, katub yang belum berkembang dengan sempurna, serta posisi bayi yang salah setelah disusui dan ketika disusui, serta faktor-faktor pendukung lainnya. *Gumoh* akan menjadi gejala patologis bila terjadi lebih dari 2 kali sehari selama lebih dari 2 hari/minggu. *Gumoh* yang sering akan menyebabkan malnutrisi pada bayi, karena tidak ada nutrisi yang masuk kedalam tubuh bayi. *Upright position* merupakan posisi yang cocok untuk diberikan kepada bayi yang mengalami *gumoh* karena pada posisi ini ada gaya gravitasi yang akan mempertahankan cairan untuk tetap berada didalam lambung, dengan demikian *gumoh* dapat dihindari.

**Tujuan Penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian *upright position* terhadap pengurangan frekuensi *gumoh* pada bayi yang berusia 0-3 bulan.

**Metode Penelitian :** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik, jumlah sampel dalam penelitian ini 6 bayi, sampel dikategorikan kedalam 3 kelompok usia yaitu usia 0-1 bulan, usia 1-2 bulan dan usia 2-3 bulan, yang masing-masing terdiri dari 1 laki-laki dan 1 perempuan, cara pengambilan sampel menurut kriteria inklusi dan eklusi.

**Hasil Penelitian dan Kesimpulan :** Hasil yang diperoleh dari 6 bayi yang berumur 0-3 bulan yaitu ada pengaruh pemberian *upright position* terhadap pengurangan frekuensi *gumoh*. Prosentase tingkat keberhasilan mencapai 62,5%. Semoga penelitian ini dapat berlanjut dan dapat berguna bagi peneliti, tenaga medis, maupun masyarakat umum, khususnya untuk para ibu yang memiliki bayi 0-3 bulan.

**Kata kunci :** *Gumoh*, bayi dan *upright position*.

## PENDAHULUAN

Perlu dipahami *gumoh* berbeda dengan muntah. Muntah adalah keluarnya isi lambung dalam jumlah yang banyak dan diawali dengan rasa mual dan rasa penuh diperut, dan disertai dengan kekuatan (kontraksi lambung), muntah minimal terjadi pada bayi berusia diatas 2 bulan, volume cairan yang dikeluarkan cukup banyak diatas 10cc. Muntah biasanya disebabkan karena adanya kelainan pada sistem pencernaan terutama pada katub pemisah lambung dan usus 12 jari, warna cairan yang dikeluarkan biasanya kehijau-hijauan, selain itu muntah juga bisa disebabkan karena adanya luka atau infeksi ditenggorokan, biasanya cairan yang keluar di ikuti dengan keluarnya bercak-bercak darah. Sedangkan *gumoh* adalah keluarnya isi lambung tanpa adanya tekanan dan kontraksi dari diaphragma atau dinding perut (Sudarmo, Tanpa Tahun). *Gumoh* terjadi seperti ilustrasi air yang mengalir kebawah, bisa sedikit seperti meludah atau kadang-kadang cukup banyak, cairan yang keluar biasanya berupa ASI dengan volume yang tidak terlalu banyak dibawah 10cc (Istianto, 2013).

Tingkat pengetahuan ibu terhadap *gumoh* dan cara penanganannya sangatlah minim, kebanyakan orangtua sering tidak terlalu menganggap serius pada bayi yang sering mengalami *gumoh*. Padahal *gumoh* yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang akan mengganggu pertumbuhan bayi (Bernandus, 2012).

Catatan Depkes pada tahun 2010 sekitar 70% bayi berumur dibawah 4 bulan mengalami *gumoh* minimal 1 kali dalam sehari dan akan berkurang seiring

bertambahnya usia 8-10% pada umur 9-12 bulan dan 5% pada umur 18 bulan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hegar, dkk. (2013), *Gumoh* banyak terjadi pada usia bayi 0-3 bulan, frekuensinya kadang-kadang mencapai 1 sampai 4 kali dalam sehari. 25% bayi mengalami *gumoh* lebih dari 4 kali dalam sehari selama 3 bulan pertama. *Gumoh* akan menjadi gejala patologis apabila frekuensinya lebih dari 2 kali sehari selama lebih dari 2 hari/minggu. Pada gejala *gumoh* yang patologi juga ditemukan adanya penurunan berat badan (Mohan, 2002), selain itu bayi juga akan sering menangis, tidak mau makan atau *disfagia* dan adanya gangguan pernapasan (Hegar, 2013).

Bayi akan lebih jarang mengalami *gumoh* saat disusui dengan posisi yang lebih tegak, sehingga ASI tidak mengalir kembali dengan mudah. Menyendawakan bayi sesaat setelah menyusui dan memberikan ASI sedikit-sedikit tapi sering, biasanya dapat membantu mengatasi *gumoh* (Widyastuti, 2012). Untuk mengurangi frekuensi *gumoh* pada bayi orangtua dapat memposisikan bayinya pada *upright position* selama dan setelah menyusui, pada posisi ini susu yang masuk ke lambung bayi tidak akan kembali lagi kekerongkongan karena dipengaruhi oleh adanya gaya gravitasi (Bramby, 1998).

## **TUJUAN**

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian *upright position* terhadap pengurangan frekuensi *gumoh* pada bayi usia 0-3 bulan.

## **METODE**

Penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 15-20 Desember 2014 di Posyandu Kenanga III, Kenanga IIIA dan Kenanga IIIB di Kelurahan Semanggi terhadap 6 responden dengan dengan karakteristik bayi usia 0-3 bulan yang mengalami *gumoh*, yang terdiri dari 3 katagori yaitu, 2 bayi usia 0-1 bulan, 2 bayi usia 1-2 bulan dan 2 bayi usia 2-3 bulan, yang masing-masing terdiri dari 1 laki-laki dan 1 perempuan, dengan karakteristik bayi *gumoh* sesuai dengan kriteria penelitian. Jenis penelitian yang dilakukan adalah deskriptif analitik. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner untuk menjaring responden dan menggunakan lembar record frekuensi *gumoh* untuk mengetahui frekuensi *gumoh* bayi dalam sehari. Sebelumnya para ibu responden diberikan penjelasan tentang cara pengisian kuesioner dan record frekuensi *gumoh*. Penelitian yang dilakukan berupa observasi selama 6 hari yang terdiri dari 2 hari observasi tanpa pemberian *upright position* (O1), 2 hari observasi dengan pemberian *upright position* (O2) dan 2 hari kembali diobservasi tanpa pemberian *upright position* (O3). Kemudian membandingkan hasil observasi antara O1, O2 dan O3.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian terdiri dari 6 responden yang berusia 0-3 bulan, berikut tabel yang menjelaskan tentang jenis kelamin, usia dan berat badan.

Tabel 1.1 Daftar responden berdasarkan jenis kelamin, usia dan berat badan.

No	Responden	JK	Usia2	BB (kg)
1	A	L	3 minggu, 1 hari	4,0 kg
2	B	P	2 minggu, 3 hari	3,8 kg
3	C	L	1 bulan, 2 hari	4,5 kg
4	D	P	1 bulan. 2 minggu	5,1 kg
5	E	L	2 bulan, 2 minggu	5,8 kg
6	F	P	2 bulan, 1 minggu	6,0 kg

Berdasarkan Tabel 4.1 ada 6 responden yang terdiri dari 3 laki-laki dan 3 perempuan. Sebelum diberikan *upright position* ibu mengisi kuesioner yang terdiri dari beberapa pertanyaan seputar asupan gizi bayi sehari-hari, kebiasaan ibu, kebiasaan bayi dan kebiasaan posisi bayi sehari-hari. Kemudian responden diobservasi selama 6 hari. Berikut tabel hasil observasi :

Tabel 1.2 Hasil observasi terhadap pengurangan frekuensi *gumoh*.

No	Responden	Frekuensi <i>Gumoh</i>					
		O1		O2		O3	
		H1	H2	H1	H2	H1	H2
1	A	4	5	2	2	3	3
2	B	3	3	1	2	3	4
3	C	3	3	1	1	3	2
4	D	4	4	2	1	3	4
5	E	3	2	1	-	2	3
6	F	3	3	1	1	2	3

pada O2 observasi dengan pemberian *upright position* terjadi penurunan frekuensi *gumoh*, dibandingkan dengan O1 dan O3 observasi tanpa pemberian *upright position*. Masing-masing responden mengalami penurunan frekuensi *gumoh* yang berbeda. Menurut Widyastuti, 2012, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi frekuensi *gumoh* pada bayi :



### 1. Faktor Bersendawa

Bersendawa bisa membantu untuk meminimalkan terjadinya *gumoh*, karena pada saat disendawakan akan membantu bayi untuk mengeluarkan udara, yang masuk pada saat bayi sedang disusui. Dari 6 responden 4 responden yang sering disendawakan yaitu responden A, C, E dan F, dan 2 responden yang tidak sering disendawakan yaitu responden B dan D. Responden yang tidak sering disendawakan disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu tentang cara yang tepat dalam hal menyendawakan bayi serta tentang manfaat menyendawakan bayi.

### 2. Faktor Sering Menangis

Sering menangis akan memperburuk *gumoh*, karena pada saat menangis dapat meningkatkan tekanan didalam perut. Sehingga cairan naik keatas dan bayi akan *gumoh*. Dari 6 responden 2 bayi yang tidak sering menangis yaitu responden A dan B, dan 4 responden yang sering menangis yaitu responden C, D, E dan F. Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan seringnya bayi menangis diantaranya karena bayi menginginkan sesuatu karena bayi tidak bisa berbicara, melalui tangisan bayi menyampaikan keinginannya.

### 3. Faktor Posisi Ibu Saat Menyusui

Kebiasaan ibu pada saat menyusui sambil tiduran miring dan bayi dalam posisi terlentang, akibatnya cairan tidak masuk kedalam saluran pencernaan akan tetapi masuk ke dalam saluran pernapasan. Dari 6 ibu responden, 5 responden ibu responden yang tidak sering menyusui sambil tiduran yaitu ibu responden A, B, C, D dan E, dan 1 ibu responden yang sering

menyusui sambil tiduran yaitu ibu responden F. Menyusui sambil tiduran tidak akan menimbulkan masalah apabila bayi diposisikan miring pada saat disusui.

#### 4. Faktor Posisi Bayi Saat Minum

Posisi bayi terlentang saat menyusui dapat memperburuk *gumoh*, karena pada saat menyusui cairan yang masuk ke dalam lambung bayi akan mencari posisi yang paling rendah. Dari 6 responden, semua responden sering diposisikan terlentang pada saat minum. Ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu dalam hal memposisikan bayi yang tepat pada saat minum.

#### 5. Faktor Susu Formula

Pemberian susu formula yang kental diharapkan tidak akan terjadi arus balik karena gaya gravitasi. Susu kental lebih berat jadi akan sulit dimuntahkan.

#### 6. Faktor Memakai Gurita

Pemakaian gurita yang terlalu kencang dapat mempengaruhi sering terjadinya *gumoh*. Pemakaian gurita akan membuat lambung si bayi tertekan, dan pada saat lambung bayi terisi penuh, maka cairannya akan tertekan dan menjadi menyebabkan *gumoh*. Dari 6 responden, 3 responden yang tidak memakai gurita yaitu responden C, E dan F dan 3 responden yang sering memakai gurita yaitu responden A, B dan D. Pemakaian gurita tidak akan menimbulkan masalah apabila ikatannya tidak terlalu kencang. Pada responden A dan D gurita terlalu kencang sehingga bayi akan sangat mudah *gumoh*.

*Gumoh* dapat terjadi karena posisi bayi yang salah setelah disusui, karena pada saat setelah disusui lambung bayi telah terisi penuh dengan cairan,

apabila setelah disusui bayi langsung ditidurkan maka cairan yang ada didalam lambung bayi akan mencari tempat yang paling rendah oleh karena itu cairan akan sangat mudah keluar dan kemudian bayi *gumoh*. *Gumoh* dapat dicegah, salah satunya dengan pemberian *upright position* (Marlean, 2005).

*Upright position* merupakan posisi tegak, pada penelitian ini *upright position* pada sudut  $30^0$ . *Upright position* diberikan beberapa saat setelah bayi minum ASI atau susu formula. Pada posisi ini ada gaya gravitasi yang akan mendorong ASI ataupun susu kebawah (Brannagan, 2010), selain itu pada *upright position* terjadi peningkatan oksigenasi, karena pada posisi ini adanya peningkatan volum paru-paru (Richard & Lefebvre, 2011). *Upright position* diberikan selama  $\pm 30$  menit, karena pada bayi pengosongan lambung terjadi selama 34,9 menit (Omari. dkk, 2004).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini bahwa ada pengaruh pemberian *upright position* terhadap pengurangan frekuensi *gumoh* pada bayi usia 0-3 bulan.

Saran dalam penelitian ini bagi orang tua bayi, memposisikan bayi *upright*  $30^0$  setelah disusui untuk meminimalkan frekuensi *gumoh*, para ibu harus lebih memahami cara menyusui bayi yang benar guna untuk mencegah bayi *gumoh*, untuk penelitian yang lebih baik maka perlu penambahan jumlah responden dan variabel lain yang diteliti sehingga dapat diraih hasil yang luas dan lebih bervariasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bernandus, K, Loisa., dan Lestari, K, Dwi. 2012. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Cara Menyendawakan Bayi Usia 0-6 Bulan Dengan Kejadian Gumoh Sesudah Menyusui Di Puskesmas Manukan Kulon. *Journal Kebidanan*. Vol.1. No.1. April. Hal 12-16.
- Bramby, Laura. 1998. Breastfeeding The Baby With Gastroesophageal Reflux. In Damascus, Maryland, USA. *New Beginnings*. Vol.15. No.6. November-Desember. PP.175-76.
- Brannagan, Meg. 2010. *Infant Sleep & Reflux*. Article. Juni 12.
- Istianto, Giyan. 2013. *Mengatasi Bayi Muntah Akibat ASI*. Gi-healty-blogspot.com diakses 06 Agustus 2013.
- Hegar, Badriul., & Vandenplas, Yvan. 2013. Gastroesophageal Reflux: Natural Evolution, Diagnostic and Treatment. *The Turkish Journal of Pediatric*: 55: 1-7.
- Istianto, Giyan. 2013. *Mengatasi Bayi Muntah Akibat ASI*. Gi-healty-blogspot.com diakses 06 Agustus 2013.
- Marlean, R. 2005. *14 Steps to Reducing Your Infant's Reflux*. <http://www.infantrafluxdisease.com> diakses 14 November 2013.
- Mohan, Neelam., & Soni, Arun. 2002. Gastro-esophageal Reflux in Neonatus. *Journal of Neonatology*. Vol.16. No.3. Juli-sept. New Delhi. Hal 257-266.
- Omari, T., Rommel, N., Staunton, E., Lontis, R., Goodchild, L., Haslam, R., Dent, J., & Davidson, G., 2004. Paradoxical impact of body positioning on gastroesophageal reflux and gastric emptying in the premature neonate. *The journal of pediatrics* 5:26. p. 194-200. DOI: 10.1016/j.peds.2004.05.026.
- Ricard, JCM., and Lefebvre, JC. 2011. Positioning of Patients With Acute Respiratory Distress Syndrome: Combining Prone and Upright Makes Sense. *Critical Care*. 15:1019.
- Sudarmo, M, Subijanto. Tanpa Tahun. *Penatalaksanaan Muntah Pada Bayi dan Anak*. Devisi Laboratorium Ilmu Kesehatan Anak RSUD Dr. Soetomo/ FK Unair. <http://www.bileti.pdf.com> diakses 06 Juli 2013.
- Widyastuti. 2012. *Gumoh Pada Bayi (Reflux)*. <http://www.Kellymom.com> diakses 06 Agustus 2013.